



5月の献立



向島保育園

曜日	主食	献立	材料	3時のおやつ
1 (木)	ごはん	筑前煮 蒸しシュウマイ 豆腐とわかめのみそ汁 バイナッブル	米 鶏肉 ごぼう れんこん 人参 こんにやく 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん シュウマイ(卵) 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 みそ バイナッブル 塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
2 (金)	雑穀ごはん	パンブキンカレー グリーンサラダ チーズ グレープフルーツ	米 雑穀 豚ミンチ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 カレールウ(牛脂) キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング チーズ グレープフルーツ たい焼き(卵) 牛乳	たい焼き 牛乳
7 (水)	麦入りごはん	和風あんかけ丼 春雨サラダ 焼きポテト キウイ	米 大麦 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ しめじ もやし ごぼう ねぎ だし しょうゆ 砂糖 片栗粉 春雨 ハム(卵) 人参 胡瓜 酢 淡口しょうゆ 砂糖 ポテト キウイ ワッフル(卵) 牛乳	ワッフル 牛乳
8 (木)	ごはん	牛肉のスタミナ炒め 三度豆のごま和え 小松菜スープ バイナッブル	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし 焼き肉のタレ 三度豆 ごま しょうゆ 砂糖 小松菜 玉ねぎ 人参 ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ バイナッブル 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 バター 卵 バナナ 牛乳	バナナバウンドケーキ 牛乳
9 (金)	ソフトフランス	クリームシチュー ツナサラダ 味付け小魚 オレンジ	ソフトフランス(卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー クリームルウ ツナ 胡瓜 キャベツ 水菜 胡麻ドレッシング(卵) 味付け小魚 オレンジ ボン菓子 牛乳	ボン菓子 牛乳
10 (土)	スパゲティ	ナポリタン ゼリー バナナ	スパゲティ ベーコン(卵) 玉ねぎ ビーマン コーン ケチャップ 砂糖 ゼリー バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
12 (月)	ごはん	赤魚のみそマヨ焼き 白菜の煮びたし もやしのすまし汁 バイナッブル	米 赤魚 みそ マヨネーズ(卵) 白菜 人参 油揚げ しめじ だし しょうゆ 砂糖 みりん もやし 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ バイナッブル あられ 牛乳	あられ 牛乳
13 (火)	ごはん	野菜炒め 焼きししゃも(0.1歳しらす) 厚揚げのみそ汁 キウイ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン もやし 鶏ガラ しょうゆ ししゃも しらす 厚揚げ 白ねぎ だし汁 みそ キウイ ホットケーキミックス 牛乳 卵 ケーキシロップ 牛乳	ホットケーキ 牛乳
14 (水)	麦入りごはん	親子丼 ゆでアスパラ チーズ オレンジ	米 大麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん アスパラ マヨネーズ(卵) チーズ オレンジ 芋けんぴ 牛乳	芋けんぴ 牛乳
15 (木)	ごはん	コロッケ 三色おひたし きのこスープ グレープフルーツ	米 コロッケ ほうれん草 人参 もやし ごま しょうゆ 砂糖 しめじ えのき まいたけ バセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ オレンジジュース アガー 砂糖 みかん缶 牛乳	オレンジゼリー 牛乳
16 (金)	雑穀ごはん	ビーフカレー こんにやくサラダ ヨーグルト バイナッブル	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(牛脂) 糸こんにやく ハム(卵) 人参 胡瓜 マヨネーズ(卵) ごま しょうゆ ヨーグルト バイナッブル バームクーヘン(卵) 牛乳	バームクーヘン 牛乳
17 (土)	中華麺	焼きそば ゼリー バナナ	中華麺 豚バラ キャベツ ビーマン もやし 人参 ソース ゼリー バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
19 (月)	ごはん	麺のごま焼き おから煮 麩のみそ汁 オレンジ	米 麺 胡麻ドレッシング(卵) おから 鶏肉 油揚げ 人参 こんにやく ちくわ ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん 麩 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ メロンパン(卵) 牛乳	メロンパン 牛乳
20 (火)	ごはん	チキンの照り焼き 白菜のおひたし ほうれん草のすまし汁 キウイ	米 鶏肉 しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 白菜 人参 小松菜 かつお節 しょうゆ ほうれん草 しめじ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ おっとんと りんごジュース	おっとんと りんごジュース
21 (水)	麦入りごはん	ビビンバ丼 ツナビーマン わかめスープ グレープフルーツ	米 大麦 合挽きミンチ しょうゆ 砂糖 ほうれん草 もやし 人参 ごま ごま油 塩 ツナ ビーマン えのき しょうゆ わかめ 玉ねぎ ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ どら焼き(卵) 牛乳	どら焼き 牛乳
22 (木)	ごはん	豚肉のみそ煮 じゃこサラダ にゅうめん バイナッブル	米 豚肉 大根 こんにやく ねぎ みそ だし しょうゆ 砂糖 みりん ちりめんじゃこ キャベツ 胡瓜 水菜 和風ドレッシング そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ バイナッブル ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 ココア 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳
23 (金)	雑穀ごはん	チキンカレー 胡瓜の酢の物 味付け小魚 オレンジ	米 雑穀 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(牛脂) 胡瓜 わかめ ちりめんじゃこ 春雨 酢 砂糖 淡口しょうゆ 味付け小魚 オレンジ ビスケット(卵) 牛乳	ビスケット 牛乳
24 (土)	うどん	きつねうどん ゼリー バナナ	うどん 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
26 (月)	ごはん	白身魚の西京焼き ひじき煮 かき玉汁 キウイ	米 白身魚 白みそ みりん ひじき 油揚げ 人参 こんにやく ちくわ だし しょうゆ 砂糖 みりん 卵 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
27 (火)	ごはん	豚肉の生姜炒め キャベツのゆかり和え かぼちゃのみそ汁 バイナッブル	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん キャベツ ゆかりふりかけ かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ バイナッブル 白玉粉 粉チーズ 牛乳 塩 油 牛乳	もちもちチーズパン 牛乳
28 (水)	ロールパン	ミートスパゲティ ゆでブロッコリー オニオンスープ オレンジ	ロールパン(卵) スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 バセリ ブロッコリー マヨネーズ(卵) 玉ねぎ バセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ オレンジ せんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
29 (木) 誕生会	鮭おにぎり	エビフライ(乳児:白身フライ) いちご アスパラサラダ 野菜のすまし汁 ゼリー	えび 小麦粉 卵 パン粉 白身フライ 油 アスパラ 人参 胡瓜 コーン 和風ドレッシング キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ いちご ゼリー ケーキ(卵) 牛乳	ケーキ 牛乳
30 (金)	雑穀ごはん	ハヤシライス コーンサラダ ヨーグルト グレープフルーツ	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ(牛脂) キャベツ コーン 胡瓜 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ヨーグルト グレープフルーツ 肉まん 牛乳	肉まん 牛乳
31 (土)	うどん	カレーうどん ゼリー バナナ	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ カレールウ(牛脂) だし汁 淡口しょうゆ 片栗粉 ゼリー バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください

5月20日(火) 遠足(雨天23日金曜日)
うめ・さくら・ばら・もも組さんは
お弁当を作って持ってきてください

5月27日(火) うめ組 チーズパン作り
エプロン・三角巾・マスクを持ってきて下さい

まちがったはしの持ち方

- 握りばし
二本のはしをぎゅっと握る持ち方です。
はしとして機能しません。
- ペンばし
薬指を使わない、鉛筆の持ち方です。
作用ばしが不安定で、はし先がほとんど開きません。
- ひとさしばし
ひとさし指を使わないで、はしから浮かして使います。
- 交差ばし
はし先が交差する持ち方。はし先がそろわないので、小さな食べ物(豆など)がつまめません。